



Grenoble, le 19 décembre 2013

Communiqué de presse

Pour que la montagne reste un plaisir l'hiver

A l'approche des vacances de Noël et de l'affluence dans les stations de ski et les secteurs de montagne, la préfecture de l'Isère **rappelle quelques consignes de sécurité à respecter sur et en dehors des pistes.**

En effet, **les pratiquants d'activités de montagne doivent être particulièrement vigilants et faire preuve de prudence. Le risque zéro en montagne n'existe pas et les opérations de secours sont malheureusement fréquentes.** Ainsi l'anticipation du risque, le respect des règles de sécurité et la prudence doivent être au cœur des préoccupations de chacun.

Quelques conseils avant de vous lancer sur les pistes :

- *Respectez les skieurs situés en aval* : ne gênez pas, par vos trajectoires, les skieurs situés en dessous de vous. Ils ne vous voient pas toujours arriver. C'est à vous d'anticiper.
- *Maîtrisez votre vitesse et votre trajectoire* : adaptez-les à vos capacités techniques et physiques, au trafic, à la visibilité, à la difficulté de la piste et à l'état de la neige.
- *Ne vous arrêtez pas n'importe où* : évitez de stationner dans les passages étroits ou derrière les bosses et restez toujours visibles des skieurs situés au-dessus de vous.
- *Respectez la signalisation sur les pistes* : pour votre sécurité, les pistes et les remontées mécaniques font l'objet d'un balisage et d'une signalisation spécifique. Respectez-les.
- *Respectez les règles de sécurité sur les téléskis et les télésièges.*
- *Mettez un casque adapté et surtout, faites-le porter par vos enfants* : son efficacité est prouvée en cas de chute ou de choc. Le casque est souvent proposé lors de la location de matériel de ski. N'hésitez pas à le demander.
- *Protégez-vous* : mettez des lunettes protectrices et pensez à vous protéger à l'aide d'une crème solaire.
- *Vérifiez que vous êtes assurés* : si ce n'est pas le cas, faites le nécessaire. Les secours sur les domaines skiables sont en général payants.

Quelques règles à ne pas oublier :

- *Informez-vous* : consultez les prévisions météo, étudiez le plan des pistes et consultez les panneaux d'ouverture et de fermeture des pistes et des remontées mécaniques.
- *Échauffez-vous* : sans échauffement, vous risqueriez de vous blesser et de gâcher votre séjour.
- *Faites entretenir votre matériel et régler vos fixations*

Quelques conseils pour les randonnées hivernales (en ski, raquettes..) :

Attention aux avalanches ! Seules les pistes ouvertes sont délimitées, sécurisées et contrôlées. En dehors de ces espaces, vous évoluez à vos risques et périls.

- *Informez-vous sur les risques d'avalanche* : tenez compte du drapeau d'avalanche et des bulletins météorologiques affichés aux points de passage les plus fréquentés de la station.
- *Faites appel à des professionnels si vous voulez pratiquer le hors-piste* : ne partez jamais seul, indiquez votre parcours et votre heure prévisionnelle de retour.
- *Établissez un itinéraire adapté à votre niveau technique et physique.*
- *Équipez-vous d'un DVA (détecteur de victime d'avalanche)* : cet appareil émetteur-récepteur doit être porté sous les vêtements. Il est indissociable de la pelle et de la sonde dans votre sac à dos. Il est essentiel de tester son DVA avant toute sortie et de s'entraîner régulièrement à son utilisation (des parcs d'entraînements existent dans certaines stations).
- En cas d'accident, protégez la victime, alertez les secours (112) et portez assistance. Lorsque vous alertez les secours, donnez le plus de renseignements possibles sur la victime et sa localisation.
- *Sachez renoncer.*

Pour rappel, si actuellement **le secours en montagne est gratuit** (en dehors des secours sur les domaines skiables), **une opération de secours coûte en moyenne à l'État 8600 €** (rapport de la Cour des Comptes – septembre 2012).

Contact presse :
Préfecture de l'Isère – Service communication
04-76-60-48-05